

**DINAMIKA STRES KERJA PADA KOREOGRAFER TARI  
KONTEMPORER**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Sebagian Dari Persyaratan  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana  
S-1 Psikologi



Diajukan Oleh:

Almiradiva Giovanni

F 100 090 080

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2014**

**DINAMIKA STRES KERJA PADA KOREOGRAFER TARI  
KONTEMPORER**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Sebagian Dari Persyaratan  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana  
S-1 Psikologi

Diajukan Oleh:

Almiradiva Giovanni

F 100 090 080

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2014**

**DINAMIKA STRES KERJA PADA KOREOGRAFER TARI  
KONTEMPORER**

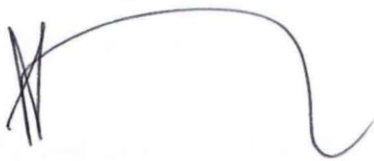
Diajukan Oleh:

**Almiradiva Giovanni**  
**F 100 090 080**

Telah disetujui untuk dipertahankan  
didepan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, consisting of a series of loops and a long horizontal stroke.

**Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si**

Tanggal 02 September 2013

**DINAMIKA STRES KERJA PADA KOREOGRAFER TARI  
KONTEMPORER**

Yang diajukan oleh :  
**Almiradiva Giovanni**

**F 100 090 080**

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji  
Pada tanggal 13 Desember 2014

Dan telah dinyatakan memenuhi syarat

Penguji Utama

**Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si**



**Dra. Zahrotul Uyun, M.Si.**

Penguji Pendamping I



**Permata Ashfi R, S.Psi, MA**

Penguji Pendamping II



Surakarta, 13 Desember 2014  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Fakultas Psikologi  
Dekan,  
  
**(Laufik, M.Si, Ph.D)**



## Surat Pernyataan

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Almiradiva Giovanni

NIM : F 100 090 080

Fakultas/Jurusan : Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : DINAMIKA STRES KERJA PADA KOREOGRAFER  
TARI KONTEMPORER

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang Saya serahkan ini benar-benar merupakan hasil karya Saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasan-ringkasan yang semuanya telah Saya jelaskan sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka gelar dan ijazah yang diberikan oleh universitas batal Saya terima.

Surakarta, 02 September 2013

Yang membuat pernyataan,

  
METERAI  
TEMPEL  
PAJAK PEMERINTAH RAKYAT  
8AF5DACE468172686  
6000 DJP

**Almiradiva Giovanni**

No. HP: 085642042966

## **MOTTO**

*“Melihat apa yang semua orang lihat, tetapi berpikir tentang apa yang tidak  
dipikirkan orang lain.”*

**(Dr. Albert Szent – Gyorgi)**

*“ Kreativitas adalah membuat yang baru dan menata lagi yang lama.”*

**(Mike Vince, Disney Corporation)**

*“...janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah SWT. Sesungguhnya tiada  
berputus asa dari rahmat Allah SWT, melainkan kaum yang kafir...”*

**(QS. Yusuf : 87)**

*“Kegigihan adalah suatu unsur penting bagi kesuksesan. Jika kamu mengetuk  
pintu cukup lama dan cukup keras, pasti kamu bisa membangunkan orang.”*

**(Stephanie Barrats dan Godefroy)**

## **PERSEMBAHAN**

Karya sederhana ini penulis persembahkan  
untuk :



Orang tua penulis yang tercinta,  
terimakasih atas segala doa,  
pengorbanan, semangat, kesabaran, dan  
kasih sayangnya.



Adik penulis Ardelia Rahma Ayu  
Kusuma yang telah memberikan doa,  
semangat, serta kasih sayangnya kepada  
penulis.

## KATA PENGANTAR



*Assalamu 'allaikum Wr. Wb.*

Puji syukur *Alhamdulillah* kehadiran Allah SWT yang telah memberi kesempatan serta hidayah Nya sehingga penulis berhasil menyelesaikan skripsi yang merupakan sebagian persyaratan guna memperoleh derajat sarjana psikologi. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari pihak lain, oleh karena itu pada kesempatan ini dengan penuh ketulusan penulis menyampaikan terimakasih kepada bapak dan ibu tersayang yang selalu mengalirkan doa, semangat, dan dukungan pada penulis, semoga tiap tetes keringat kalian terwujud dalam kesuksesan dan kebahagiaan. Tidak lupa pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Taufik, M.Si, Ph.D. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Bapak Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si. Dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dan petunjuk yang sangat berarti pada penulis.
3. Ibu Dra. Zahrotul Uyun, M.Si. Penguji pendamping I yang selalu memberikan saran, petunjuk, dan nasihat dengan penuh kesabaran.
4. Ibu Permata Ashfi R, S.Psi, MA. Penguji pendamping II yang memberikan masukan dan saran bagi perbaikan skripsi yang penulis susun.
5. Bapak Yadi Purwanto, Drs. MM. selaku pembimbing akademik.



6. Dosen dan staf akademis Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang telah diajarkan pada penulis, serta seluruh staf tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah membantu kelancaran skripsi ini.
7. Dwi Windarti, S.Sn. Subjek penelitian I yang telah bekerjasama dengan baik selama penelitian sehingga membantu kelancaran skripsi ini.
8. Retno Sulistyorini, S.Sn. Subjek penelitian II yang telah bekerjasama dengan baik selama penelitian sehingga membantu kelancaran skripsi ini.
9. Danang Pamungkas, S.Sn. Subjek penelitian III yang telah bekerjasama dengan baik selama penelitian sehingga membantu kelancaran skripsi ini.
10. Boby Ari Setyawan, S.Sn. Subjek penelitian IV yang telah bekerjasama dengan baik selama penelitian sehingga membantu kelancaran skripsi ini.
11. Fransisca Yustiana Patrich, S.Sn. Subjek pendamping I yang telah bekerjasama dengan baik selama penelitian sehingga membantu kelancaran skripsi ini.
12. Dewi Galuh Sinta Sari. Subjek pendamping II dan III yang telah bekerjasama dengan baik selama penelitian sehingga membantu kelancaran skripsi ini.
13. Agus Margiyanto, S.Sn. Subjek pendamping III yang telah bekerjasama dengan baik selama penelitian sehingga membantu kelancaran skripsi ini.
14. Kekasih hati Bambang Mulyono yang telah memberi dukungan, doa, semangat, serta kasih sayangnya kepada penulis.
15. Semua saudara-saudara, teman seniman penulis di Kinarya Soerya Soemirat Istana Mangkunegaran Surakarta, rekan-rekan ISI Surakarta, dan sahabat

penulis Intan, Anis, Hasan, Tarika, Putri, Dara, Rahayu, Fitria, Anida, Mas  
Ander, serta semua pihak yang telah banyak membantu penulis.

Penulis menyadari atas kekurangan skripsi ini, baik didasarkan keterbatasan  
pengetahuan dan pengalaman maupun waktu yang dimiliki, oleh karena itu saran  
dan kritik yang bersifat membangun sangat penulis harapkan.

Akhirnya semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang  
membacanya. Amin.

*Wassalamu'allaikum Wr. Wb.*

Surakarta, 13 Desember 2014

(Penulis)

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
HALAMAN DAFTAR ISI .....	xi
HALAMAN DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
HALAMAN DAFTAR TABEL .....	xiv
HALAMAN DAFTAR BAGAN .....	xv
ABSTRAK .....	xvi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian .....	7
C. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II. LANDASAN TEORI.....	9
A. Stres Kerja.....	9
B. Koreografer Tari Kontemporer .....	18
C. Dinamika Stres Kerja Pada Koreografer Tari Kontemporer .....	28
D. Pertanyaan Penelitian .....	31

BAB III. METODE PENELITIAN.....	32
A. Identifikasi Gejala Penelitian .....	32
B. Definisi Operasional.....	32
C. Subjek Penelitian.....	33
D. Metode Pengumpulan Data .....	33
E. Validitas dan Reliabilitas .....	37
F. Metode Analisis Data.....	37
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	39
A. Persiapan Penelitian .....	39
B. Hasil Analisis Data.....	41
C. Pembahasan Umum .....	71
D. Kelemahan Penelitian .....	78
BAB V. PENUTUP.....	79
A. Kesimpulan.....	79
B. Saran.....	80
HALAMAN DAFTAR PUSTAKA .....	82
LAMPIRAN .....	85

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
HALAMAN LAMPIRAN KATEGORISASI .....	86
HALAMAN KATEGORISASI SUBJEK UTAMA .....	87
HALAMAN KATEGORISASI SUBJEK PENDUKUNG.....	123
HALAMAN LAMPIRAN <i>GUIDE</i> WAWANCARA.....	143
1. Data Hasil Wawancara Subjek I .....	144
2. Data Hasil Wawancara Subjek II .....	157
3. Data Hasil Wawancara Subjek III.....	184
4. Data Hasil Wawancara Subjek IV.....	203
5. Data Hasil Wawancara Subjek Pendukung I .....	213
6. Data Hasil Wawancara Subjek Pendukung II .....	221
7. Data Hasil Wawancara Subjek Pendukung III.....	229
8. Data Hasil Wawancara Subjek Pendukung IV.....	238
HALAMAN LAMPIRAN <i>GUIDE</i> OBSERVASI.....	248
1. Data Hasil Observasi Subjek I.....	249
2. Data Hasil Observasi Subjek II .....	256
3. Data Hasil Observasi Subjek III.....	263
4. Data Hasil Observasi Subjek IV.....	271
HALAMAN LAMPIRAN SURAT IZIN DAN SURAT KETERANGAN ....	278
1. Bukti Olah Data .....	279
2. Surat Izin Penelitian .....	280
3. Surat Keterangan Kesiapan .....	284
4. Surat Bukti Penelitian .....	285

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Persepsi dan Kognisi .....	25
Tabel 2. <i>Guide</i> wawancara untuk subjek .....	34
Tabel 3. <i>Guide</i> observasi untuk subjek .....	36
Tabel 4. Waktu Pelaksanaan Penelitian pada Subjek Utama .....	40
Tabel 5. Waktu Pelaksanaan Penelitian pada Subjek Pendukung.....	41
Tabel 6. Identitas Subjek .....	41

## **DAFTAR BAGAN**

	Halaman
Bagan 1. Dinamika Stres Kerja Pada Koreografer Tari Kontemporer.....	68

# **DINAMIKA STRES KERJA PADA KOREOGRAFER TARI KONTEMPORER**

Almiradiva Giovanni  
Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si  
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Galmiradiva@yahoo.com

## **ABSTRAKSI**

Koreografer dituntut untuk lebih kreatif dalam penggarapan sebuah karya dan sedikit waktu yang dimiliki untuk menyelesaikan karya tersebut. Ketika terdapat masalah dalam pembuatan karya tari tersebut, dapat memicu timbulnya stres. Stres kerja juga dapat dilihat dari munculnya tuntutan, kendala, dan kesulitan dalam menyelesaikan karya, seperti bagaimana koreografer bekerja secara profesional dengan disiplin dalam mengejar *deadline*, lebih peka terhadap lingkungan sekitar, dan beberapa kendala seperti *me-manage* produksi, *me-manage* waktu, kendala teknis, serta kendala penari. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui dinamika stres kerja pada koreografer tari kontemporer. Pengambilan subjek dalam penelitian ini dilakukan berdasarkan pada ciri-ciri subjek sudah ditentukan, yaitu 4 koreografer tari kontemporer di Taman Budaya Surakarta yang terdiri dari 2 koreografer laki-laki dan 2 koreografer perempuan, dengan karakter sudah berpengalaman 5 tahun memiliki karya original sendiri, dan memiliki karya 10 karya berprestasi yang sudah diakui keberadaannya di masyarakat luas. Metode yang digunakan adalah *induktif deskriptif* dengan pendekatan kualitatif, menggunakan wawancara untuk mengumpulkan data dan observasi untuk menambah dan memperkuat data wawancara. Hasil analisis dan pembahasan menunjukkan bahwa koreografer perempuan mengalami stres kerja lebih tinggi dibanding koreografer laki-laki. Koreografer perempuan mengalami stres kerja yang tinggi karena adanya tuntutan pekerjaan dan rumah tangga pada saat membuat sebuah karya tari. Bagi koreografer yang mengalami stres positif "*eustress*" akan mendorong koreografer untuk lebih kreatif, bertanggung jawab, dan disiplin dalam menjalankan dan menyelesaikan masalah-masalah pekerjaan yang dihadapi agar menghasilkan karya yang berkualitas. Sedangkan koreografer yang mengalami stres negatif "*distress*" akan memicu munculnya perasaan cemas, mudah marah, turunnya konsentrasi, gangguan fisik, menurunnya produktivitas kerja, menarik diri dari lingkungan, dan bekerja berlebihan serta merokok berlebihan.

**Kata kunci** : stres kerja, koreografer.